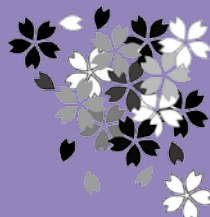


コミュニティスクール(ACS).....	2
放課後学習室指導ボランティア募集...	4
趣味の園芸フェア in 信州	5
学校開放講座参加者募集	11



「下水道マンホールのふた」 新デザインを募集します

市民生活を支える下水道事業に関心を持っていただくとともに、観光に訪れた人も楽しめる、安曇野の魅力が描かれた新たな「下水道マンホールのふた」のデザインを募集します。

■内 容

応募作品の中から新デザインを決定・製品化します。製品化されたマンホールのふたは、更新に合わせて設置していきます。

※募集結果は取りまとめ、入選作品を公表します（応募者に関する情報は公表しません）。入選作品には賞品を用意しています。

■応募条件

『安曇野市らしさが感じられるデザイン、
テーマが具体的にイメージできるもの』

- ▷どなたでも参加できますが、応募者本人の未発表の作品で第三者の著作権などの権利を一切侵害しないもの
 - ▷アニメ・マスコットキャラクターなどのほか、他社や他団体の知的所有権、知的財産権などを侵害する恐れのないもの
 - ▷原則カラーで描画したもの（最大7色）▷手書きまたは電子データ
 - ▷採用作品の応募者は当該作品の著作権を無償譲渡できるもの
- ※応募条件等詳細は市HP^{ホームページ}をご覧ください。

■募集期間

4月8日（月）～6月7日（金）【必着】

■申し込み

所定の応募用紙またはA4版白紙、はがき裏面に円形を記載したものにデザインを描き、住所・氏名・電話番号・描いた作品の思いを明記の上、下水道課（2階3番窓口）に直接・郵送・電子メールいずれかの方法により提出。応募用紙は下水道課窓口または市HP^{ホームページ}から入手できます。



旧豊科町のふた



旧穂高町のふた



旧三郷村のふた



旧堀金村のふた



旧明科町のふた

■問い合わせ・申し込み先

〒399-8281（住所記載不要）

下水道課維持管理担当宛

TEL 71・3182 FAX 72・3176

✉ gesuido@city.azumino.nagano.jp

学校と地域で「たくましい安曇野の子ども」を育む 安曇野市コミュニティスクール (ACS)

市では開かれた特色ある教育を進めるため、地域の皆さんにさまざまな形で学校に関わっていただき、地域とともにある学校づくりに取り組んできました。平成29年度からは地域と学校の距離を今まで以上に縮め、より多くの市民の皆さんに学校に足を運んでもらおうと、事業名を「安曇野市コミュニティスクール (ACS = Azumino-city Community School)」と改め、取り組みを進めています。

安曇野市コミュニティスクール(ACS)とは？

安曇野市コミュニティスクール (ACS) は、学校運営に広く保護者や地域住民の皆さんが参画できる仕組みです。当事者として、子どもの教育に対する課題や教育目標を共有することで、学校を支援する取り組みが充実するとともに、学校に関わるすべての人にさまざまな魅力が広がっていきます。将来的には、学校も地域コミュニティのひとつの核になることを目標としています。



どういった人が参加しているの？

安曇野市コミュニティスクール (ACS) は、主に実行委員会、地域教育協議会、地域コーディネーター、学校応援隊によって構成されており、地域のさまざまな人々が学校運営に参加しています。

特に学校応援隊の活動内容は幅広く、ある程度の専門性が必要なものから、資格や経験がなくてもできるものまであり、多くの場面で協力をいただいています。

〇実行委員会

市コミュニティスクール事業の状況、成果と課題について話し合います。この会議は学校関係者や各地区、PTA、地域コーディネーターの代表者、有識者などで構成されています。

〇地域教育協議会

各中学校区ごと、市内に7つの会があります。参加者は、各小中学校関係者と区長、PTAの代表者、公民館関係者、各校の地域コーディネーターなどです。この会議では地域の小中学校の教育方針や学校運営、学校関係者評価の結果などを共有し、地域が連携して学校の支援に当たれるように協議します。

〇地域コーディネーター

各小中学校に1人ずつ配置され、学校の要望や実情に合わせて人材を探したり、企画の調整などを担います。



〇学校応援隊

学校の要望に応えるだけでなく、自分たちもやりがいや生きがいを感じられる「ともに学ぶ学習者」として活動していただくボランティアの皆さんです。活動内容は各校で違いますが、学習支援活動、農作業体験指導、外国由来児童の日本語支援、読み聞かせ、登下校の見守り、課外活動の支援など幅広い内容の支援をいただいています。

◎子どもにとっての魅力

- ・子どもたちの学びや体験活動の充実
 - ・自己肯定感や他人を思いやる心の育成
- 具体的な活動**
- ・朝読書などでの読み聞かせ
 - ・クラブ活動への指導
 - ・家庭科ミシン使用授業のサポート など



◎教職員にとっての魅力

- ・地域人材を活用した教育活動の充実
 - ・教師が子どもに関わる時間の増加
- 具体的な活動**
- ・外国から帰国した児童への学習支援
 - ・学校行事の安全支援、遠足引率補助
 - ・放課後学習支援 など

学校を中心に 広がる “魅力”

◎保護者にとっての魅力

- ・学校や地域に対する理解の深まり
 - ・地域の中で子どもたちが育てられるという安心感の増大
- 具体的な活動**
- ・児童の登下校、安全見守り
 - ・部活動、朝の練習時の見守り など



◎地域の人々にとっての魅力

- ・経験を生かすことで生きがいや自己有用感につながります。
- 具体的な活動**
- ・田んぼづくり、玉ねぎ収穫など農業指導
 - ・太鼓、よさこい、折り紙、木工などの指導
 - ・組体操補助、算数学習支援 など

「学校応援隊」を募集します！

市では、学校支援活動に参加いただける「学校応援隊」を募集しています。新たに学校支援活動に参加いただける人は、ボランティア人材バンク登録カードを学校教育課（3階7番窓口）へ提出ください。人材バンク登録カードは学校教育課窓口または、市HPから入手できます。

詳しくは下記の連絡先まで問い合わせいただくか、学校教育課窓口までお越しください。

※学校や地域コーディネーターから「こんな人を求めています」という情報も随時発信しますので、ぜひ応募してください。

※登録いただいた氏名は、各学校に紹介する際などに活用しその他の目的には使用しません。



☎学校教育課学校教育係 ☎71・2460 ☎71・2338

趣味の園芸フェア in 信州

都市緑化信州フェアサブ会場でNHK「趣味の園芸」講師等が出演するイベントが開催されます。

日 5月1日（水）午後1時～3時（予定）

場 国営アルプスあづみの公園（大町・松川地区）大草原の家一帯

内 【第1部】（午後1時～2時）
「趣味の園芸」番組収録

▷テーマ 「シェードガーデン」

▷出演者 三上真史さん（趣味の園芸番組ナビゲーター・俳優）、矢澤秀成さん（趣味の園芸講師）

【第2部】（午後2時15分～3時）
トークショー

▷テーマ 「信州に広げる花と緑のまちづくり」

▷出演者 須磨佳津江さん（花と緑のジャーナリスト）、矢澤秀成さん、清水恵子さん（日本花の会 花のまちづくりアドバイザー）

定 50組100人（抽選）

申 4月12日（金）までに、代表者氏名・年齢・性別・住所・電話番号・参加希望人数（最大2人）を明記の上、往復はがき（当日消印有効）・ファックス・電子メールいずれかの方法で。

場 〒152-0035 東京都目黒区自由が丘3-15-19（（株）MPCエンタープライズ）

「趣味の園芸フェアin信州」参加申し込み事務局宛
☎03・6421・2201（午前10時～午後5時・土日祝日除く）
☎03・3725・1533

✉jimukyoku@shumien.fun

他 ▷1回の申込みにつき、参加証1枚を送付します。（2人まで参加可能）

▷客席後方で自由に立ち見参加ができます。（参加証不要）

道路への泥の落下に注意しましょう

農耕車のタイヤなどから道路に落ちた土の塊や泥は、事故や通行の妨げとなる場合があります。次の点に注意し、交通安全と環境美化にご協力ください。

▷農耕車などで農地から公道へ出る際は、タイヤに付着した土や泥を落としましょう。

▷道路を汚してしまった場合は、速やかに撤去・清掃をお願いします。

問 監理課管理登記担当 ☎71・2331 ☎72・3569

春季「愛犬のしつけ方教室」
環境課環境保全担当
☎71・2491 ☎72・3176

人と犬とのより良い関係を築き、安全で快適な暮らしを送るために愛犬のしつけ方を学ぶ教室です。

対 市内または近隣市町村に在住し、次の要件を満たす人。
▽県動物愛護会安曇野支部会員であること（開校日に入会可。年会費1000円必要）
▽参加犬の年齢が生後3カ月以上であること
▽できる限り、全日程に参加できること

費 5000円（テキスト代含む）
定 30組
他 ▷開校日は犬を連れてこないでください。
▽犬種は問いませんが、1家族1頭が基本です。
▽狂犬病予防ワクチンおよび各種予防ワクチン接種済みの犬が対象です。
申 5月7日（火）までに県動物愛護会安曇野支部事務局（松本保健所内 ☎40・1943 ☎47・9293）へ電話またはファックスで

●しつけ方教室日程

内容	日時	開催場所
開校式 （学科講習）	5月12日（日） 午後1時30分～4時	市役所堀金支所 3階会議室1
実技講習 （雨天決行）	第1回	5月19日（日） 午前9時30分～11時
	第2回	5月26日（日） 午前9時30分～11時
	第3回	6月9日（日） 午前9時30分～11時
	第4回	6月16日（日） 午前9時30分～11時
閉校式 （実技講習）	6月23日（日） 午前9時30分～正午	J A あづみ 果実中央選果所 （三郷温1283番地）

「リンゴ黒星病」防除対策の徹底を

昨年、県内で初めて主要な防除薬剤（DMI 剤・QoI 剤）が効かないリンゴ黒星病が発生したことを受け、本年の「りんご防除暦」は、薬剤の種類および散布時期等が大幅に見直されています。

リンゴ黒星病の最も重要な防除時期は4～5月ですので、りんご栽培者の皆さんにおかれましては、防除対策の徹底をお願いします。詳しくは松本農業改良普及センター（☎40・1945）または近くのJ Aに問い合わせください。

問 農政課生産振興担当 ☎71・2428 ☎71・2507

凡例 日 日時 場 場所 内 内容 対 対象 期 期間 講 講師 費 費用 定 定員 持 持ち物 申 申し込み 提 提出先 他 その他 問 問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は平日の午前8時30分から午後5時15分まで。



協働のまちづくり推進基本方針・行動計画策定・評価委員
園地域づくり課まちづくり推進係
☎71・2494 ☎72・3176

市民と行政の協働によるまちづくりの実現を目指し、協働のまちづくり推進基本方針および行動計画の策定、計画の効果的推進、点検・評価を行う委員を募集します。

任期 委嘱の日から2年間
報酬 会議出席ごと別に定める額
対 市内在住・在勤の20歳以上で平日開催の会議に出席できる人。次に掲げる人は除きます。
①国および地方公共団体の議会議員②常勤の国家公務員および地方公務員③市の付属機関の公募による委員である人④市税の滞納がある人
定 若干名
申 4月8日（月）～26日（金）に申込書に必要事項を記入の上、小論文（800字以内）を添えて地域づくり課（2階4番窓口）へ直接・郵送（当日消印有効）・電子メールいずれかの方法で。申込書は地域づくり課窓口または市HPから入手できます。な

農作業サポーター

園農政課集落支援担当
☎71・2429 ☎71・2507

「私は協働をこのように考える」
他 選考委員会で、申込書と小論文により書類選考を行います。結果は応募者全員に通知します。

日 5月9日（木）～31日（金）
午前8時30分～午後5時（作業日や時間は相談により決定）
場 主に三郷・堀金地域のりんご畑
内 ▷作業内容りんご摘果作業（不要な実を摘み取る作業）
▽雇用先・手当て（一般）長野県農協地域開発機構・時給830円（労災保険加入あり）
対 自家用車で指定の場所へ移動できる人（交通費の支給はありません。必要書類作成等のため、説明会に参加していただきます）
申 4月17日（水）までに農政課へ電話で
他 りんご摘果作業以外の農作業を試みたい人は、J A あづみ（☎

72・2933）へ問い合わせください。



小・中学校「放課後学習室」指導ボランティア

園学校教育課教育指導室
☎71・2461 ☎71・2338

小学校高学年児童・中学生の学習への不安軽減や、学習理解の向上を図る「放課後学習室」の指導ボランティアを募集します。

場 市内各小・中学校
内 ▷小学校では主に算数や国語、中学校では主に数学や英語の学習支援（各校20人程度）
▽毎週水曜日午後3時ごろから1時間程度を原則に、各学校により日程を決定します。
対 ▷学習指導に関心がある人（年齢や性別、教員免許や学習指導経験の有無を問いません）
▽放課後学習室での支援内容・方法等を理解いただける人
申 随時募集を受け付けます。登録カードを学校教育課（3階7番窓口）へ直接または郵送により提出。登録カードは学校教育課

窓口または市HPから入手できます。
提 399・8281（住所記載不要）学校教育課宛



市民活動サポーター（ボランティア）

園地域づくり課まちづくり推進係
☎71・2494 ☎72・3176

市内で活動する市民活動団体の取材など、市民活動サポーター・ボランティア事業に協力いただく市民活動サポーターを募集します。

任期 2020年3月31日まで
※毎年更新します。
対 市民活動に関心があり、協働推進に意欲のある人
申 4月8日（月）～26日（金）に申込書に必要事項を記入の上、地域づくり課（2階4番窓口）へ直接・郵送（当日消印有効）・電子メールいずれかの方法で。申込書は地域づくり課または市HPからも入手できます。なお、応募書類は返却しません。

地下水を利用される皆さんへ 井戸の設置状況など届け出を

井戸の設置場所や地下水の使用目的など取水の実態を把握するため、井戸所有者は新設・既存を問わず、届け出が必要です。次のとおり、早めの届け出をお願いします。

▷井戸の新設・増設する人

事前の届け出が必要です。また、規定量以上（1日100ℓ以上、または取水口の断面積が12cm²以上）の地下水を新規に取水する場合（増設の場合を含む）、あるいは規定量以下であっても取水が水道水源および井戸、湧水に支障を及ぼすことが予想される場合は、事前に環境課へ相談ください。市が計画変更や中止を求めることもあります。

▷同一敷地内で1日10ℓ以上利用している人は毎年報告を
地下水採取量報告書により、前年度の取水量を毎年5月31日までに環境課または各支所地域課に報告してください。

▷平成25年4月1日以前から井戸を所有・借り受けている人
氏名や井戸の設置場所、取水量などを地下水採取届出書により届出してください。届出書提出の詳細は環境課へ問い合わせください。

【地下】地下水採取量報告書・地下水採取届出書は環境課（2階5番窓口）に直接または郵送で。届出書・報告書は環境課、各支所地域課または市HPから入手できます。

☎ 399-8281（住所記載不用）環境課宛

☎環境課環境保全担当 ☎71・2491 ☎72・3176

安曇野の名水の魅力を知る パネル展示開催中！



穂高北小学校4年生作品（ポスター）を展示

【開催期間・場所】

4月6日（土）まで 穂高支所待合ロビー

4月9日（火）～16日（火）

明科支所公民館ロビー

4月18日（木）～25日（木）

三郷支所公民館ロビー

悪臭防止法に基づく臭気指数規制について

市では、平成27年10月から悪臭防止法に基づく規制方式を「人間の嗅覚を用いてにのいの程度を評価する『臭気指数規制』」に変更（平成27年3月31日告示）し、運用しています。安曇野の良好な生活環境を実現するため、皆さんのご協力をお願いします。

●規制基準および規制地域の区分（内容の詳細は市HPをご覧ください）

規制地域の区分は、「安曇野市の適正な土地利用に関する条例」に基づき、市内全域を対象に住居系を第1地域、商業系・その他区域を第2地域、工業系を第3地域に区分けしています。（下表参照）

☎環境課環境保全担当 ☎71・2491 ☎72・3176

	規制地域の区分（市内全域）		
規制場所の区分	第1地域 （住居系）	第2地域 （商業系、その他区域）	第3地域 （工業系）
敷地境界線（1号基準）	臭気指数 12	臭気指数 15	臭気指数 18
規制場所の範囲	●拠点市街区域、準拠点市街区域のうち ▷第1種低層住居専用地域 ▷第2種低層住居専用地域 ▷第1種中高層住居専用地域 ▷第2種中高層住居専用地域 ▷第1種住居地域 ▷第2種住居地域	●拠点市街区域、準拠点市街区域のうち ▷近隣商業地域 ▷商業地域 ▷準工業地域 ※工業地域および工業専用地域のうち、第1地域に接する場合、その境界線から水平距離が50mまでの区域。市内のすべての工場・事業所・事業場が規制対象となります。	●拠点市街区域、準拠点市街区域のうち ▷第2地域に掲げる以外の工業地域および工業専用地域
安曇野市条例に定める基本区域	●田園居住区域	●田園環境区域 ●山麓保養区域 ●森林環境区域	—
気体排出口（2号基準）	1号の許容限度（臭気指数）を基礎として、環境省令で定める方法により、排出口の高さに応じて、臭気排出強度または排出気体の臭気指数の許容限度（環境省の定める方法で個々に計算）		
排水（3号基準）	臭気指数 28	臭気指数 31	臭気指数 34

補助金

平成31年度「つながりひろがる地域づくり事業補助金」

☎地域づくり課まちづくり推進係
☎71・2494 ☎72・3176

自主的で主体的に取り組む地域に根ざした市民活動を支援し、その輪を広げるために補助金を交付します。幅広い活動が対象となりますのでご利用ください。

①市内に活動の拠点を置く、5人以上の市民が構成員である団体

②補助金交付額 対象経費の2分の1以内（限度額20万円）

③4月26日（金）までに申請書に必要事項を記載の上、団体の規約・役員名簿・予算積算資料を添付し、地域づくり課（2階4番窓口）に直接提出。募集要項および申請書は地域づくり課、各支所地域課、または市HPから入手できます。

就学援助費

☎学校教育課学校教育係
☎71・2460 ☎71・2338

就学費用にお困りの保護者を対象に学用品費や給食費等の援助を行います。

受けられる援助費 ▼学用品費

▼修学旅行費▼新入学学用品費（事前支給を受けた場合を除く）

▼学校給食費▼医療費など

①子どもが市内に住所を有するか

市内小中学校に在籍している、次のいずれかに該当する保護者

①経済的理由で子どもの就学が困難な保護者（所得審査あり）

②児童扶養手当の支給を受けている保護者

③生活保護を受けている小学6年生・中学3年生の保護者

④4月26日（金）までに、申請書に必要事項を記入の上、子どもが在籍する学校へ提出。申請書は各学校、学校教育課（3階7番窓口）または市HPから入手できます。

⑤申請は毎年度必要です。審査結果は7月中旬ごろ通知します。詳細は学校から配布される案内文書をご覧ください。



お知らせ

市民意識調査にご協力ください

☎政策経営課企画担当
☎71・2401 ☎71・5155

市の事業や施策の推進に、市民の意見や考えを反映するため、「市民意識調査」を行っています。郵送された調査票が手元にある皆さんは、ぜひご協力をお願いします。

④4月12日（金）まで

⑤無作為に抽出した18歳以上の市民（2000人）

証明書コンビニ交付サービスの一時停止

☎市民課市民担当
☎71・2489 ☎71・2503

システムメンテナンスのため、次の日時に証明書コンビニ交付サービスを一時停止します。

④4月18日（木）終日

◆開催時間の変更◆

広報あづみの3月20日発行号（268号）15ページ 4月6日（土）開催 認知症市民公開講座

【変更前】午後1時～3時 開場午後0時30分

【変更後】午後2時～4時 開場午後0時30分

寄附寄贈のお礼（敬称略）【11/14～1/24】

▷（故）森田正義 10万円 国保の事業（国保健康づくり事業）のため▷（株）アイダエナジー 代表取締役 会田恵司 11万円 市内緑化活動の推進のため▷安曇野北穂高農業生産組合 代表理事長 丸山秀子 レインボーバランスストーン1セット、バランスストーン用接続部品1セット、巧技台 丸形はしご1台、絵本スタンド1台 北穂高認定こども園へ▷（公財）碌山美術館 図書「荻原守衛日記・論説集」23冊 市内小中学校へ17冊、市内図書館へ5冊、市役所ロビーへ1冊▷（一社）松本法人会 川手部会 図書カード1,000円分120枚 明科地域小中学校へ各4万円分▷明科高等学校生徒会 絵本22冊 明科南・明科北認定こども園へ各11冊▷（公社）安曇野シルバー人材センター 理事長 佐々木龍明 門松1対（2個） 安曇野市へ▷（株）デンソーエアクール 災害用大型仮設トイレ1台 安曇野市へ▷農事組合法人 旬の味ほりがね物産センター組合 組合長 藤原光弘 乳幼児用運動遊びマット一式 堀金認定こども園へ

2019 年度【前期】 スポーツ教室 参加者募集

- 対象は市内在住または在勤・在学者です。また、定員を超えた場合は抽選となります。
- 掲載されている費用は参加料、保険料等の教室全体で必要となる金額です。
- 申込期間を過ぎていても、定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。気軽に問い合わせください。

①ながの電子申請サービス（インターネット）を利用して申し込む場合

市HPからながの電子申請サービスへアクセスし、必要事項を入力してください。
※市HP内で【2019 年度 スポーツ教室】と検索または右記 QR コードを読み取ってください。



市HPスポーツ教室

○利用方法

〈利用者登録せずに申し込む方はこちら〉をクリック⇒〈利用規約に同意する〉をクリック⇒必要事項を入力
※広報発行日から各教室申込期間最終日までであればいつでも申し込み可能です。

②電話で申し込む場合

市教育委員会 生涯学習課スポーツ推進担当 **71・2467（直通）** へお電話ください。
【電話受付期間：各教室申込期間中の月曜日～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時】
※ただし、ファミリースポーツカフェ①②については説明欄記載の方法で申し込みください。

サイクリング教室



たか ぎ まさる
講師：堂城 賢さん

1972 年札幌市生まれ。自転車ティーチング・プロ。MTB のプロライダーとして 18 年間活躍。現在は安曇野市でライディングスクール「やまめの学校」を主宰。誰でも楽に速く走れる、わかりやすい指導で、多くのサイクリストに走る楽しさを伝えている。著書：『自転車の教科書』（小学館）等

※今後の開催については広報あづみの 9 月号でお知らせ予定です。

- ・第 3 弾：（対象）18 歳以上の市民
- ・第 4 弾：（対象）小学 6 年生から高校生

ベストセラー「自転車の教科書」の著者である堂城賢さんによる自転車教室です。1 日目は自転車に乗る際のコツや意識することを学びます。2 日目は実際に自転車に乗りながら体の使い方を学びます。

🗨️講師から一言

自転車の乗り方なんて習わなくても…という人も多いかと思いますが、私が教えているのは生涯スポーツとして自転車に乗る方法です。安曇野という土地は、自転車に乗るにはとても素晴らしい環境ですが、スポーツとして自転車に乗られている人はまだまだ少ないと感じます。今回の教室は、自転車はもちろん日常生活や他のスポーツでも役に立つ内容です。まだ自転車には興味がないけれど…という人もぜひ参加していただければと思います。皆さんにお会いできるのを楽しみにしています。

【第 1 弾】

- 期日 5月21日、28日（火）
- 時間 午後 7 時～9 時
- 場所 穂高会館
- 対象 18 歳以上の女性

【共通事項】

- 定 員 各回30人
- 参加費 500円(自転車をレンタルする人はプラス600円)
- 申込期間 4月10日(水)～16日(火)

【第 2 弾】

- 期日 7月2日、9日（火）
- 時間 午前 9 時～11 時
- 場所 穂高会館
- 対象 おおむね50歳以上の人

<障がいのある人向け>

わくわくスポーツ広場	期 日	5月25日、7月6日、7月20日いずれも土曜日	時 間	午前9時～正午
障がいのある人や障がい者スポーツに興味のある人、介助者、関係者を対象にスポーツや運動ができるスペースとして、体育館を開放します。会場にはスタッフが常駐しており、ボッチャや卓球、バドミントン、レクリエーションスポーツ等のさまざまなスポーツを楽しむことができます。	場 所	穂高総合体育館	対 象	障がいのある人および介助者等
協力：サンスポート松本	費 用	1回150円	定 員	なし
	講 師	安曇野市スポーツ推進委員	申込期間	開催前日まで(1回ずつ申込可)

<大人向け>

インターバル速歩体験会	期 日	5月16日(木)	時 間	午前9時30分～正午
インターバル速歩は、筋力・体力を効果的に向上させ、体の若返りや生活習慣病等の予防・改善が期待できるウォーキング方法です。体力にあまり自信がない人も、自分のペースで取り組みます。体験会ではその理論を学び、実践します。	場 所	堀金総合体育館	対 象	40歳以上
	費 用	250円	定 員	50人
	講 師	NPO法人熟年体育大学リサーチセンター 下平博和さん	申込期間	4月8日(月)～15日(月)
ヨガ教室	期 日	6月4日～7月30日 毎週火曜日【全 9 回】	時 間	午後7時30分～8時30分
呼吸に意識を向けてポーズを行う事で身体の内層部をほぐし、身体のコアとなる筋力と柔軟性をバランスよく整えていきます。交感神経と副交感神経の切り替えがスムーズにできるようになることでストレスを緩和し、QOL（クオリティ オブ ライフ）を高めます。日常生活での怪我防止、パフォーマンス向上にも繋がります。	場 所	三郷公民館	対 象	18歳以上(高校生を除く)
	費 用	2,250円	定 員	30人(参加経験の無い人優先)
	講 師	あづみのヨガスタジオ ポコ☆スタ	申込期間	4月10日(水)～16日(火)
骨盤引締めスリムアップ教室	期 日	5月28日～7月23日 毎週火曜日【全 9 回】	時 間	午前10時～11時
生活習慣や出産などによりゆるんだ骨盤を引き締め、下半身太り解消を目指します。音楽に合わせて有酸素運動をしながら骨盤周りを動かすことで、身体を引き締めることができます。	場 所	堀金公民館	対 象	18歳以上(高校生を除く)
【託児受け付けます】・対象：0 歳 7 カ月～3 歳程度の子ども ・託児利用料：子ども 1 人につき 1,800 円（全 9 回分）	費 用	2,250円	定 員	30人
	講 師	古畑やよいさん	申込期間	4月10日(水)～16日(火)

<子ども向け>

親子ウキウキ体操教室	期 日	①②5月16日～12月5日 いずれも木曜日【全15回】 ③④5月17日～12月6日 いずれも金曜日【全15回】	穂高総合体育館 堀金総合体育館
親子のふれ合い遊びやリズム体操を行い、鉄棒やマット、跳び箱などの器具を使った運動遊びを主な活動として行います。親子で思いきり体を動かしながら、集団の中で遊ぶ楽しさや決まりを学ぶことができます。対象年齢と場所により①ひよこ組②たまご組③ウサギ組④リス組に分かれています。	場 所	①②午前9時30分～10時30分 3歳程度～就園前 ③④午前10時45分～11時45分 2歳(4月1日現在)～3歳	
	時 間	3歳程度～就園前 2歳(4月1日現在)～3歳	
	費 用	親子 1 組 4,500 円	定 員 各クラス 25 組（親子 2 人 1 組）
	講 師	山縣美智代さん、西口和子さん、 稲田祐喜子さん、沢渡みゆきさん	申込期間 4 月 9 日（火）～ 15 日（月）
わんぱく GYM 教室	期 日	年長児：5月21日～9月24日 年中児：6月 3日～9月30日	いずれも火曜日【全15回】 いずれも月曜日【全10回】
リズム体操や柔軟体操を行い、主活動ではかけっこ、ボールを使った運動、マットや跳び箱などの器具を使った運動を行います。楽しみながらいろいろな体の動きを覚え、運動に親しむきっかけを作ります。	場 所	堀金総合体育館	時 間 午後4時30分～5時30分
	費 用	年長児：2,250 円 年中児：1,500 円	定 員 25人
	講 師	山縣美智代さん、 水口 朋巳さん	申込期間 4月9日(火)～15日(月)
COT(コーディネーショントレーニング)キッズ教室	期 日	6 月 15 日～7 月 13 日 毎週土曜日【全 5 回】	時 間 午前10時～11時
「く」の字・S の字」運動など、体のキレを良くするコーディネーショントレーニング。神経と運動能力の発達に沿っているような動きにチャレンジすることで、コツをつかむ力が高まります。教室では、日常生活でも取り入れられる運動を中心に、さまざまな器具を使い楽しみながら体を動かします。 ※年長児を対象とした教室は 11 月に開催する予定です。	場 所	穂高公民館	対 象 小学校1,2年生
	費 用	750 円	定 員 30人
	講 師	安曇野市コーディネーション トレーニング実践研究会	申込期間 4月15日(月)～22日(月)
動き作り運動教室	期 日	5 月 15 日～7 月 17 日 毎週水曜日【全 10 回】	時 間 午後5時～6時30分
遊びの要素を含んだ運動に取り組み、運動神経を鍛えます。さまざまな種目に役立つ運動能力を自然に身につける教室です。	場 所	豊科勤労者総合スポーツ施設	対 象 小学生
	費 用	1,500 円	定 員 30人
	講 師	細野築三さん	申込期間 4月9日(火)～15日(月)

<ファミリー向け>

ファミリースポーツカフェ① かけっこ教室	期 日	5 月 18 日（土）	時 間	午前 9 時～正午
運動会で活躍できるように、神経系から理想的な走り方を学び・経験し、かけっこを楽しく練習しましょう！ 【申込方法】 小学校で配付される申込用紙に必要事項を記入し、堀金総合体育館窓口へ提出。固：スポネット常念事務局（堀金総合体育館内）TEL 72・6340	場 所	堀金総合体育館	対 象	小学生
	費 用	1 人 200 円	定 員	50 人（先着順）
	講 師	総合型スポーツクラブ スポネット常念 細野築三さん	申込期間	4月10日(水)～5月3日(金)
ファミリースポーツカフェ② 親子で動き作り運動	期 日	【前編】6 月 15 日（土） 【後編】7 月 13 日（土）	時 間	午前 9 時～正午
自分の身体や相手の身体、使う道具などの要素について、頭で考えて身体を動かせるようになることを目指します。	場 所	堀金総合体育館	対 象	家族
【申込方法】 上記ファミリースポーツカフェ①と同様 ※全 2 回分で申し込みを受け付けますが、都合のつかない人は 1 回ずつの申し込みも可能です。	費 用	1 人 1 回 400 円	定 員	25 組（先着順）
	講 師	総合型スポーツクラブ スポネット常念 細野築三さん	申込期間	5月16日(木)～6月7日(金)

※特に記載のない場合、申込時間は平日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

生涯学習・施設
催し講座

凡例

内容

定員

提出先

休館日

日日時

対象

持ち物

その他

電子メール

期間

講師

申し込み

問い合わせ

場所

費用

南安曇農業高等学校開放講座「青空と緑の中で」参加者募集

生涯学習課社会教育担当
TEL 71・2466 FAX 71・2338

南安曇農業高等学校では、次の9つの講座を開催します。日頃の学習の成果を生かし、生徒が講師となって、市民の皆さんに学習内容を体験してもらいます。

- ▷開講式
4月27日（土）午後1時～
▷講座 4～12月の土曜日（講座により日程等が異なります）
- ①学んで作ろう！楽しい食品加工②園芸と親しむ 花との触れあい③親子でチャレンジ！くだもの栽培交流会④作って発見♪試して発見♪～畜産物の魅力を知ろう！～⑤植物を身近に感じよう⑥キノコ栽培と野沢菜の漬け物づくり⑦図面の作成講座⑧家でも使える造園技術⑨超簡単、みんなで楽しく pizza 窯づくり
- ※詳細は申込書または同校HPをご覧ください。

4月15日（月）までに、申込書を記入の上、南安曇農業高等学校へ直接（午前9時～午後5時）・郵送（4月15日必着）・ファクスいずれかの方法で。申込書は同校窓口または同校HPから入手できます。

〒399-8205 安曇野市豊科4537 南安曇農業高等学校 農業クラブ「学校開放講座」係宛
TEL 72・2444 FAX 71・1150

穂高公民館
TEL 82・5970 FAX 82・3990

初心者向けバードウォッチング教室
春の安曇野に渡ってきた夏鳥の観察・双眼鏡の使い方等バードウォッチングの基礎を学びます。

4月23日（火）午前9時30分～正午（雨天決行）
場松尾寺山公園周辺・鐘の鳴る丘集会所（穂高郷土資料館駐車場集合・解散）

市内在住・在勤者
植松晃岳さん（野生生物資料情報室・信州野鳥の会代表幹事）
費200円

4月10日（水）・11日（木）に穂高会館へ電話で

詳しい内容は参加者に後日通知

初心者向け登山の基礎講座（全3回）
①4月25日（木）午前9時～正午
②5月21日（火）午後7時～8時30分
③6月7日（金）午前7時15分～午後2時30分

場①歩き方の基礎・光城山登山（豊科）②地図の見方や山の気象等について【座学】・穂高会館会議室③まとめ・富士尾山登山（穂高）

市内在住・在勤者
秋田敬典さん（元長野県山岳総合センター専門主事・信州登山案内人）
費各回200円 定30人（抽選）

4月11日（木）・12日（金）に穂高会館へ電話で

詳しい内容は参加者に後日通知

紙飛行機教室

文化課文化振興係 TEL 71・2463 FAX 71・2338

競技用紙飛行機の作り方を学びます。自分で作った紙飛行機を高く飛ばしてみませんか。

4月13日（土）午前9時～午後0時30分 場豊科南社会体育館

どなたでも（内容は子ども向けです） 費500円（材料費等） 申不要

4月14日（日）開催の競技大会参加者も募集しています。詳しくは問い合わせください。

明科公民館
TEL 62・4605 FAX 62・5894

明科公民館健康づくり講座
～いつまでも若々しい脳を保つために～
脳の5つの機能をチェックするファイブコグ検査を行い、脳の活性化、認知症予防について学習します。

4月17日（水）午前10時～正午
場明科公民館講堂
市介護保険課職員
費無料 申不要

さよなら平成コンサート
～昭和・平成懐かしのメロディー～
懐かしい昭和・平成の名曲の数々をバンド演奏でお楽しみください。

4月20日（土）午後1時～3時
場明科公民館講堂
出演 MAB（マブ）
曲目 高校三年生、川の流れのように、花は咲く ほか
費無料 申不要

季節の料理講座
～行楽の季節の料理～
ペスカトーレ、イチゴとヨーグルトのムースなど、行楽の季節に家族や友人と集まって食べたい料理を作ります。

4月24日（水）
午前9時30分～正午
場明科公民館調理実習室
市内在住・在勤者
洞みつほさん
費1,000円 定20人（先着順）
場料理持ち帰り用の容器

4月15日（月）・16日（火）に明科公民館へ電話で

紙飛行機教室

文化課文化振興係 TEL 71・2463 FAX 71・2338

競技用紙飛行機の作り方を学びます。自分で作った紙飛行機を高く飛ばしてみませんか。

4月13日（土）午前9時～午後0時30分 場豊科南社会体育館

どなたでも（内容は子ども向けです） 費500円（材料費等） 申不要

4月14日（日）開催の競技大会参加者も募集しています。詳しくは問い合わせください。

安曇野高橋節郎記念美術館
TEL 81・3030 FAX 82・0551

第8回そば猪口アート公募展
出品作品募集
10月に開催する「そば猪口」をテーマとした公募展の出品作品を募集します。

応募期間 7月12日（金）～19日（金）消印有効

▷応募資格 不問（素材自由・自作未発表のものに限ります）
▷賞 大賞1人（10万円）、準大賞1人（5万円）、優秀賞2人（3万円）、特別賞2人、審査員賞数人
費1作品2,000円（出品料。振込先は募集要項をご確認ください）
▷応募期間中に出品票（募集要項内に記載）を記入の上、美術館へ応募してください。
※詳細は募集要項をご覧ください。
募集要項は美術館内または美術館HPから入手できます。

各種情報コーナー

他公共団体・後援団体などから寄せられた情報を掲載しています。
詳細は主催者に問い合わせください。

名称	内容	日時・場所	定員・費用など	申し込み・問い合わせ
【市体育協会】 ふれあい弓道教室	健康維持や趣味など、生涯スポーツとしても楽しめる弓道を体験しませんか。年齢や性別に関わらず、自分の体力に合わせた用具を用いて行うことができます。初心者大歓迎です。	5月1日～7月31日 毎週水曜日 午後1時30分～3時30分【全14回】 場豊科弓道場	市民 定6人（要申込） 費4,000円 場筆記用具、運動のできる服装（あれば白足袋）	4月10日（水）～20日（土）に市体協弓道部 丸山さんへ電話またはファクスで。TEL 73・3885（携帯 090・3144・7034）TEL 73・3887 市体協事務局でも受け付けます。TEL 88・3516
【市体育協会】 第1回 豊科マレットゴルフ初心者講習会	基本的な技術・ルールを日本マレットゴルフ協会のA級公認指導員が指導します。	4月22日（月） 午前8時40分～正午 ※雨天中止 場豊科水辺公園マレットゴルフ場	市民 定20人（要申込） 費無料 場筆記用具・飲み物、マレットゴルフ用具（貸し出し可能）、運動のできる服装	4月8日（月）～16日（火）に豊科マレットゴルフ協会 西保木さんへ電話で。TEL 72・0854 市体協事務局でも受け付けます。TEL 88・3516
【市体育協会】 三郷マレットゴルフ初心者教室	マレットゴルフを始めたい人を対象に、基本的な技術、ルールを学び、ゲームを楽しんでいただきます。三郷マレットゴルフ協会の有資格指導員が指導します。	4月11日～10月10日の毎月第2木曜日 午前9時～11時30分【全7回】 場三郷黒沢マレットゴルフ場	市民 定各回15人（要申込） 費1回100円 場マレットゴルフ用具（貸し出し可能）	4月5日（金）～10月10日（木）に黒沢マレットゴルフ場へ電話で（受付は午前8時30分～正午）TEL 77・9638 市体協事務局でも受け付けます。TEL 88・3516
フォークダンス 初心者講習会	健康づくり、仲間づくりに最適なフォークダンスを踊ります。1回だけでも途中からの参加もできます。昼の部・夜の部都合の良い方にご参加ください。	【昼の部】4月17日～5月15日 毎週水曜日午後2時～4時【全5回】 【夜の部】4月19日～5月17日 毎週金曜日午後7時～9時【全5回】 場穂高会館講堂	定どなたでも 定各部20人 費各回200円 場運動のできる服装・シューズ、飲み物	当日会場で開始20分前から受け付けます。 場穂高フォークダンスクラブ 代表 清水さん TEL 82・2091
安曇野に文化の架け橋～第19回作品発表会～	絵画、陶芸、写真、書道、標本など100点を超える作品の展示、研究発表を行います。	4月12日（金）～14日（日）午前9時～午後5時（14日は午後3時まで） 場穂高交流学習センター「みらい」ギャラリー・学習室	費無料	場安曇野の自然と文化を考える会 平田さん TEL 82・4778
第28回ふるさとウォッチングin安曇野	安曇野の原風景を巡る「ふるさとウォッチング」の28回目。歴史文化を学びながら、三郷野沢地区を歩き、散策後にぬかんどおむすびを食べて交流します。	4月14日（日）午前8時30分～午後1時 場三郷野沢地区	市民 定60人（要申込） 費1,000円（中学生以下無料）	4月12日（金）までに安曇野ふるさとづくり応援団へ電話またはHPから。TEL 81・1325 場http://azumino-furusato.com
【国営アルプスあづみの公園（堀金・穂高地区）】 SPRING FESTA2019	段々原っぱや穂高口前では、過去最大規模の128品種38万球のチューリップや早咲きのユリが咲き誇ります。棚田に広がる500万本のナノハナも必見！	4月13日（土）～6月16日（日） 午前9時30分～午後5時 場園内	費要入園料	場国営アルプスあづみの公園堀金・穂高管理センター TEL 71・5511 FAX 71・5512

臼井吉見文学館
TEL 71・5123 FAX 71・5127

臼井吉見文学館は4月1日から市直営となり、無人となりました。見学希望者は入口のインターホンでお知らせください。

コンパクト展示
「臼井吉見 その人、その言葉」
臼井吉見の足跡と文学館について紹介します。

4月10日（水）～5月31日（金）
堀金支所開庁時間内
場堀金支所1階市民活動室 費無料

田淵行男記念館
TEL 72・9964 FAX 88・2010

百楽桜まつり
田淵行男が遺した「一山百楽」という言葉にちなんで命名された「百楽桜」を愛でながら、お茶とお茶菓子をお楽しみください。

4月6日（土）正午～午後3時
場地階わさび田テラス
費入館料無料（当日のみ）

堀金図書館
TEL 72・3601 FAX 72・3602

短編小説を楽しむ会
短編小説を読み合い、気軽に感想や意見交換をしませんか。

4月～2020年3月（月1回）
いづれも火曜日・1月は休み
※詳細は問い合わせください

場堀金公民館会議室2
場一般 定15人（先着順）
費無料（テキストを事前に各自で用意していただきます）
場テキスト『日本文学100年の名作』（池内紀・川本三郎・松田哲夫・編／新潮文庫）第9巻（4月～7月）・第8巻（8月～3月）
場堀金図書館窓口へ直接または電話で（受付は午前10時～午後6時）



お母さんの心身の健康を保つために

産後ケア事業をご利用ください

問健康推進課健康推進担当（1階12番窓口） TEL 71・2471 FAX 71・2328

産婦健康診査の助成が始まりました

産 後のお母さんの心身の健康状態をみる産婦健康診査（問診、診察、体重・血圧測定、尿検査、心の健康チェック）の費用を市が助成します。

■時期と回数 おおむね産後2週間および産後1カ月の2回

■対象 受診日に安曇野市に住民登録がある、2019年4月1日以降に出産した人
※3月末までに妊娠届を出した人には産婦健康診査受診票を郵送します。

■助成金額 1回につき上限5,000円（5,000円を超えた分は自己負担）

■その他 県外の医療機関で受診する場合は「市妊産婦健康診査県外受診費助金交付制度」をご利用ください。詳細は問い合わせください。



4月1日から利用可能期間・有効期限を延長しました

宿 泊型産後ケア事業と母乳相談等助成事業の利用可能期間・有効期限を本年度4月から延長しました。産後の心身の健康を保つためにご利用ください。事業詳細は問い合わせください。

宿泊型産後ケア事業

出産直後のお母さんと赤ちゃんが、市の委託する病院や助産所に宿泊して、心身のケアや育児サポートを受ける「産後ケア」の利用に、市が費用の一部を助成します。利用可能期間を「退院した日から30日以内」から「退院した日から120日以内」に延長しました。

■利用可能期間

- ▷原則6泊7日まで（特例で最長14日）
- ▷お母さんまたは赤ちゃんが退院した日から120日以内
- ※利用には医師または助産師の意見書が必要です。



母乳相談等助成券

お母さんが授乳や育児で困った時に、市が委託する病院や助産所に相談できるよう費用の一部を助成します。助成券の有効期限を「産後6カ月未満」から「産後1年未満」に延長しました。

■助成券の交付および有効期限

- ▷母子手帳交付時等に申請により助成券を2枚交付しています。3月末までに交付した助成券には、有効期限が「出産日から6カ月」と印字されていますが「出産日から1年未満」まで使用できます。
- ▷母乳相談等助成事業を利用希望で助成券がない人は健康推進担当へご相談ください。
- ※助成券をすでに2枚使用した人には交付できません。

広告欄 広告についての問い合わせは広告主までお願いします

専門家に任せて安心!!

相続 贈与 遺言

※ご都合のつかない方はご相談ください。

初回 無料相談会開催!!

経営革新等支援機関

佐々木会計事務所

〒399-8303 安曇野市穂高 5072 番地 (安曇野市穂高会館入口)

TEL.0263-82-8210 URL <https://www.sasaki-kei.co.jp>

◎関東信越税理士会 松本支部所属
税理士・行政書士: 佐々木 一夫 税理士・FP: 戸澤 康志 税理士: 戸澤 綾子

ご希望の方は
お電話にて
ご予約ください

駐車場から
所内全て
(トイレ含む)
車椅子で
ご利用いただけます。

4月27日(土)13:00~17:00
5月11日(土)9:00~17:00

住まいの安心相談窓口

修理 リフォーム 電気・設備工事 など

『ちょっとした修繕』から『大きな工事』まで、
住まいのお困りごとをお気軽にご連絡ください。

近くて安心、地元の専門業者をご紹介します!!

安曇野市商工会 建設業部会(堀金支所) 安心相談窓口 ☎0263-72-5123

受付時間: 平日 8:30~17:00(土・日・祝除く)

※土・日・祝は FAX 受付のみで後日ご連絡となります。FAX 72-8457

★広告掲載の申し込みはアド・コマーシャル(株) (TEL 29・0212) まで

編集・発行 安曇野市政策部秘書広報課 〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000

TEL 71・2000 FAX 71・5000 代表E-mail: info@city.azumino.nagano.jp

印刷 (有) 安曇印刷 印刷経費 1部9円

次回発行…広報あづみの4月17日(水)